

Утверждаю

МБДОУ "Детский сад общеразвивающего вида №350" городского округа Самара

Заведующий

/Баландина О.В./

МЕНЮ

9 марта 2023 г.

Ясли 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически я ценност ь, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	3,9	4,5	19,4	136	0,3
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ И МАСЛОМ	49/7/6	2,5	4,7	24,5	151	0,1
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,2	4,6	12,4	109	0,8
Итого			372	10,6	13,8	56,3	396	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	80	0,5	0,1	10	44	2
Итого			80	0,5	0,1	10	44	2
Обед								
2008	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	34	0,3	1,7	2,8	29	1
2008	99	СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	150/6	4,4	2,6	16,1	106	5,1
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2	2,4	22	119	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	28/4	5,7	8,4	1,4	107	0,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160			5,2	21	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,6	0,3	16,6	80	0
Итого			531	15	15,4	64,1	462	7
Полдник								
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	53	3,5	3,3	20,8	126	1,81
2008	435	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР 2,5%)	93	2,6	2,2	3,6	48	0,2
Итого			146	6,1	5,5	24,4	174	2,01
Ужин								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	63/15	7	6,5	17,1	157	0,1
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,3	0,1	8,7	41	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,1		3,8	16	0,02
2008	435	СВЕЖИЙ ФРУКТ	50	0,2	0,2	4,8	23	2
Итого			315	8,6	6,8	34,4	237	2,12
Всего				40,8	41,6	189,2	1313	14,33

Стоимость: 179 рублей

Ответственный:

М.И. Моисеева

Моисеева Т.А.